

MAAG EN DARMEN		JA	NEEN
1	Heb je last van de maag? (maagbranden, zure oprispingen, maagzweren...)		
2	Heb je last van constipatie?		
3	Heb je last van diarree?		
4	Heb je last van darmklachten?		
5	Heb je eetluststoornissen?		
6	Neem je medicatie voor maag- of darmstoornissen?		
7	Heb je het moeilijk om op regelmatige tijdstippen te eten?		
8	Drink je 's nachts meer dan drie tassen thee, koffie, cola of andere opwekkende dranken?		

PSYCHISCH		JA	NEEN
1	Voel je je soms angstig, somber of depressief gestemd?		
2	Geeft nacht- of ploegenwerk problemen bij de organisatie van je gezin?		
3	Geeft nacht- of ploegenwerk problemen bij de relatie met je partner?		
4	Voel je je gespannen of nerveus door het werk?		

**Over te maken aan je delegatie van de AC of terug te sturen aan :
Algemene Centrale-ABVV - Hoogstraat 26-28, 1000 Brussel**

VRAGENLIJST

IMPACT VAN PLOEGENARBEID OP DE GEZONDHEID

Kennen jullie hinder door nachtwerk of ploegenarbeid? Ondergaan jullie dit dagelijks? Vul dan deze vragenlijst in en geef deze terug aan je afgevaardigde Algemene Centrale-ABVV. De resultaten zullen ons helpen om de situatie op het terrein te evalueren en om in de toekomst alternatieven naar voor te brengen.

Vakcentrale

Activiteitssector

Leeftijd

Lengte

Gewicht

Neem je regelmatig medicatie?

Neem je af en toe medicatie?

ARBEIDSSCHEMA

1. Werk je in ploegen? JA – NEEN
2. Betreft het een voorwaarts roterende ploeg (morgen, namiddag, nacht)? JA - NEEN
3. Betreft het een achterwaarts roterende ploeg (nacht, namiddag, morgen)? JA - NEEN
4. Wil je blijven werken 's nachts/in ploegen?

JA: waarom?

NEEN: waarom?

5. Welk type arbeid verricht je 's nachts?

6. In welk ploegenstelsel werk je?

Kruis het gepaste antwoord aan of vul het antwoord in

Ploegenarbeid met wisselende uurregelingen	
2-ploegenstelsel zonder nachtwerk (discontinu)	
Met weekendwerk	
Zonder weekendwerk	
3-ploegenstelsel met nachtwerk, weekend inbegrepen (volcontinu)	
Zonder weekendwerk (semi-continu)	
Weekendwerk in wisselende ploegen (morgen, avond)	
Ploegenarbeid met vaste uurroosters	
Vaste morgenploeg	
Vaste namiddagploeg	
Vaste nachtploeg	
Onderbroken diensten op vaste tijdstippen (bv. in de zorgsector, ...)	
Vermeld het beginuur van de morgenploeg:	
5 u	
6 u	
7 u	
Om de hoeveel dagen verander je van ploeg?	
Hoeveel dagen duurt een ploeg?	
Hoeveel jaar werk je al in dit stelsel?	

SLAAPPATROON		JA	NEEN
1	Heb je slaapproblemen?		
2	Heb je inslaapproblemen?		
3	Word je vaak wakker tijdens de slaap?		
4	Neem je slaapmedicatie?		
5	Heb je hinder van lawaai of licht als je overdag moet slapen?		
6	Voel je je moe of niet uitgerust na geslapen te hebben?		
7	Heb je de neiging om in slaap te vallen tijdens autorijden, eten, gesprek met iemand?		
8	Hoeveel uur per dag of nacht slaap je gemiddeld na elkaar?		

HART EN BLOEDVATEN		JA	NEEN
1	Heb je last van een hoge bloeddruk?		
2	Neem je bloeddrukverlagende medicatie?		
3	Heb je last van duizeligheid?		
4	Heb je last van een beklemmend gevoel op de borstkas of kortademigheid?		
5	Heb je ooit een hartinfarct gehad?		
6	Heb je ooit een hartoperatie gehad?		

VERMINDERDE WAAKZAAMHEID		JA	NEEN
1	Kom je tijdens het werk in contact met vluchtige scheikundige producten?		
2	Voel je je soms suf door blootstelling aan vluchtige scheikundige producten?		
3	Moet je tijdens het werk telkens dezelfde handelingen doen?		
4	Voel je je nogal eens moe op het werk?		
5	Heb je het vaak moeilijk om voldoende aandachtig te blijven?		
6	Ben je vaak alleen op het werk?		
7	Heb je soms hinder door onvoldoende verlichting op de werkplek?		
8	Heb je soms last van eentonig lawaai?		